Молитва есть дыхание души

Молитва то же для души, что воздух для тела.

Тело без дыхания не может жить; даже если дышит воздухом нечистым, то бывает худосочно, заболевает; а когда дышит воздухом чистым, то освежается, кровь очищается, здоровье укрепляется и человек бывает бодрым.

Так и душа, если дышит нечистым воздухом, то растлевается вредными миазмами, то есть если постоянно занята бывает только земными, нечистыми, страстными помыслами или одними житейскими заботами, омрачается, расслабляется, недугует страстями, которые изгоняют из души благодать и от которых происходят разные грехи в словах и делах, тогда душа подвергается духовной смерти.

Напротив, когда душа дышит чистым, небесным, Божественным воздухом, то есть занимается молитвой или богомыслием, то очищается, просветляется, укрепляется, возвышается в совершенстве.

📖 *Еп. Петр (Екатериновский)*. Указание пути к спасению.